

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
 Período: 22/10 a 16/11/2018

36ª Semana (22/10 a 26/10)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Creme de chocolate com maçã Biscoito salgado integral	Pão de ló de laranja Leite com achocolatado Melão	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com mel Leite com achocolatado	Biscoito doce integral Vitamina de banana Laranja	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com doce de banana Leite com achocolatado
Almoço	Iscas ao molho Aipim sauté Feijão preto Salada de Repolho verde Salada de repolho roxo Verduras da horta	Carne moída ao molho Macarrão alho e óleo Feijão carioca Abóbora refogada Salada de Beterraba Salada de cenoura ralada Verduras da horta	Peixe empanado assado Purê de aipim Feijão carioca Batata doce refogada Salada de tomate Salada de couve-flor Verduras da horta	Iscas à primavera Macarrão ao molho Feijão preto Farofa de couve manteiga com germe de trigo Salada de Pepino Salada de alface com agrião Verduras da horta	Carne Suína ao Molho de tomate I Macarrão Integral ao sugo Feijão carioca Salada de pepino Salada de brócolis Verduras da horta
Lanche da tarde	Biscoito doce Vitamina de banana	Pão de orégano com queijo Suco de laranja	Creme de chocolate com banana Biscoito salgado integral	Torta Integral de carne com legumes Suco de uva	Salada de frutas (mamão, abacaxi, banana, maçã) com creme de ovos

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
 Período: 22/10 a 16/11/2018

37ª Semana (29/10 a 02/11)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito doce integral Leite com achocolatado Mamão	Pão massinha integral com ovos mexidos Suco de uva	Biscoito salgado integral Leite com achocolatado Banana	Pão fatiado integral e orégano (pronto) com queijo, tomate e orégano Suco de laranja	
Almoço	Carne iscas aceboladas Macarrão Integral ao sugo Feijão preto Salada de beterraba cozida Salada de pepino Verduras da horta	Peixe empanado assado Purê de aipim Abóbora refogada Feijão preto Salada de cenoura ralada Salada de repolho Verduras da horta	Carne moída a jardineira Macarrão integral ao alho e óleo Feijão preto Farofa de couve com germe de trigo Salada de couve-flor Salada de tomate Verduras da horta	Carne suína ao Molho de Tomate I Macarrão integral ao sugo Feijão carioca Brócolis refogado Salada de tomate e pepino Salada de alface + rúcula Verduras da horta	FERIADO
Lanche da tarde	Pão de ló de chocolate Vitamina de banana Laranja	Creme de chocolate com maçã Biscoito salgado integral	Torta salgada Suco de maracujá Melão	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão) com creme de ovos	

(1) ver receita avulsa do molho de tomate I

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
 Período: 22/10 a 16/11/2018

38ª Semana (05/11 a 09/11)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito doce Vitamina de banana Melão	Pão de orégano com queijo Suco de laranja	Pão fatiado inhame e linhaça (pronto) com mel Leite com achocolatado	Biscoito doce integral Vitamina de banana com canela Goiaba	Pão de ló de laranja Leite Achocolatado
Almoço	Sardinha ensopada Macarrão ao sugo (ver receita do molho I) Feijão preto Salada de repolho Salada de cenoura ralada Verduras da horta	Peixe empanado assado Purê de aipim Feijão preto Abóbora refogada Salada de beterraba cozida Salada de pepino Verduras da horta	Guisado Macarrão integral ao alho e óleo Feijão carioca Salada de brócolis Salada de rúcula com tomate Verduras da horta	Iscas bovinas à primavera Macarrão ao alho e óleo Feijão preto Farofa de cenoura e couve manteiga com germe de trigo Salada de alface Salada de couve-flor Verduras da horta	Acém ao molho de Tomate I Aipim cozido Salada de tomate Salada de alface Verduras da horta
Lanche da tarde	Torta salgada* Suco de uva Melancia	Creme de chocolate com biscoito salgado integral Banana branca	Pão de ló de chocolate Suco de maracujá	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) com creme de ovos	Biscoito salgado integral Leite com achocolatado Maçã

* Molho I – receita avulsa

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
Período: 22/10 a 16/11/2018

39ª Semana (12/11 a 16/11)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Creme de chocolate com biscoito salgado	Pão fatiado de orégano com queijo e tomate Suco de uva	Pão massinha integral com mel Leite com achocolatado		
Almoço	Carne suína ao molho de tomate I Macarrão ao alho e óleo Feijão carioca Farofa de cenoura com germe de trigo Salada de Vagem Salada de Repolho Roxo Verduras da horta	Peixe empanado assado Aipim sauté Feijão preto Purê de batata doce Salada de cenoura cozida Salada de pepino Verduras da horta	Guisado Macarrão ao molho Feijão preto Abóbora refogada Salada de repolho Salada de beterraba cozida Verduras da horta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche da tarde	Pão de ló de laranja Leite Achocolatado Maçã	Biscoito doce integral Leite achocolatado	Salada de frutas (banana, maçã, manga e laranja) salpicado com canela Biscoito salgado integral		